ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ (ਫਲੂ) ਇੰਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ: ਮਿਥਾਂ ਅਤੇ ਤੱਥ
Influenza (Flu) Immunization: Myths and Facts

ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ (ਫਲੂ) ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ, ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਅਤੇ ਜਾਨਾਂ ਤੱਕ ਬਚਾਉਣ ਦਾ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਢੰਗ ਹਨ। ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸ ਕਰਕੇ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਅਤੇ ਮੌਤ ਤੱਕ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਬੀ. ਸੀ. ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਜਾਂ ਤਾਂ ਇੰਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਜਾਂ ਲਾਇਵ ਅਟੈਨੁਏਟਿਡ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਹਨ। ਇੰਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਜਾਂ ਫਲੂ ਦਾ ਟੀਕਾ ਮਾਰੇ ਗਏ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸਾਂ ਜਾਂ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਹਿੱਸਿਆਂ ਦਾ ਬਣਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਟੀਕੇ ਰਾਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਲਾਇਵ ਅਟੈਨੁਏਟਿਡ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਕਮਜ਼ੋਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸਾਂ ਤੋਂ ਬਣੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਨੱਕ ਵਿੱਚ ਛਿੜਕੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਪ੍ਰੇ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਫਲੂ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਵਾਇਰਸ ਕਰਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਕਿਸੀ ਵੀ ਬਿਮਾਰੀ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪੇਟ ਦਾ ਫਲੂ ਜਾਂ ਆਮ ਜ਼ੁਕਾਮ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਉਲਝਣ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਪਰ, ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸ ਕਰਕੇ ਅਜਿਹੀ ਸਾਹ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਵਾਇਰਸਾਂ ਨਾਲੋਂ ਜਿਆਦਾ ਤੀਬਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਹੋਣ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ।

ਇੰਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਅਤੇ ਇੰਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਇੰਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ ਬਾਰੇ ਮਿਥਾਂ ਅਤੇ ਤੱਥ

ਮਿਥ: ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਇੱਕ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਤੱਥ: ਉਹ ਸਾਲ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਬੀ ਸੀ ਵਿੱਚ ਜਿਆਦਾ ਫੈਲਦਾ ਹੈ, ਸੈਂਕੜੇ ਲੋਕ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਜਾਂ ਉਸ ਦੀਆਂ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨਿਮੋਨੀਆ, ਕਰਕੇ ਮਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਕਰਕੇ 65 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਬਜ਼ੁਰਗਾਂ ਅਤੇ ਜਿਆਦਾ ਜੋਖਮ ਵਾਲੇ ਦੂਸਰੇ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਮਿਥ: ਮੈਨੂੰ ਕਦੇ ਵੀ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ, ਇਸ ਲਈ ਮੈਨੂੰ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਤੱਥ: ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦੇ ਲੱਛਣ ਹਲਕੇ ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ ਤੱਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨਾਂ ਵਿੱਚ ਕਈ ਵਾਰੀ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਕਰਕੇ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸ ਵਿਰੁੱਧ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਸੁਰੱਖਿਆ ਹੈ।

ਮਿਥ: ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਕਰਕੇ ਮੈਨੂੰ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਤੱਥ: ਟੀਕੇ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਇੰਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ

ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਵੈਕਸੀਨ ਵਿੱਚ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦੇ ਮਾਰੇ ਗਏ ਵਾਇਰਸ ਜਾਂ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਕਰਕੇ ਵਿਗਾੜ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ।

ਨੱਕ ਵਿੱਚ ਛਿੜਕੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਪ੍ਰੇ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਲਾਇਵ ਅਟੈਨੁਏਟਿਡ ਵੈਕਸੀਨ ਵਿੱਚ ਕਮਜ਼ੋਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਲਾਇਵ ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਤੀ ਆਮ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ ਵਿੱਚ ਹਲਕੇ ਲੱਛਣ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨੱਕ ਵੱਗਣਾ, ਨੱਕ ਬੰਦ ਹੋਣਾ, ਖੰਘ, ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਅਤੇ ਬੁਖਾਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਇਹ ਲੱਛਣ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵਿਗਾੜ ਕਰਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਲੱਛਣਾਂ ਤੋਂ ਘੱਟ ਤੀਬਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਘੱਟ ਸਮੇਂ ਲਈ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ।

ਸਾਵਧਾਨੀ ਵਜੋਂ, ਕਮਜ਼ੋਰ ਸਰੀਰਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਲਾਇਵ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ।

ਮਿਥ: ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਕਰਕੇ ਗੰਭੀਰ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆਵਾਂ ਜਾਂ ਗੌਣ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਤੱਥ: ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ। ਫਲੂ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਵਾਲੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਕੇਵਲ ਲਾਲੀ, ਜਲਨ ਜਾਂ ਸੋਜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰੀ ਫਲੂ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ, ਸਿਰਦਰਦ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਜਾਂ ਥਕੇਵਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਲਾਇਵ ਅਟੈਨੁਏਟਿਡ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉੱਤੇ ਵਰਣਨ ਕੀਤੇ ਅਨੁਸਾਰ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦੇ ਹਲਕੇ ਲੱਛਣ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਗੁਲਿਅਨ-ਬਾਰ ਸਿੰਡਰੋਮ (ਜੀਬੀਐਸ) ਇੱਕ ਵਿਰਲੀ ਅਵਸਥਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਸਰੀਰ ਦੀਆਂ ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਅਤੇ ਲਕਵਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਵਿਗਾੜਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਾਪਰਦੀ ਹੈ। ਵਿਰਲੇ ਕੇਸਾਂ ਵਿੱਚ ਜੀਬੀਐਸ ਕਈ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ ਵਾਪਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੀਬੀਐਸ (GBS) ਨੂੰ ਹਰ ਮਿਲੀਅਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲਗਭਗ 1 ਵਿੱਚ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਨਾਲ ਜੋੜਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮਿਥ: ਹਰ ਸਾਲ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਮੇਰੇ ਸਰੀਰ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨੂੰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਤੱਥ: ਕਿਉਂਕਿ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸਾਂ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਵੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਲਈ ਹਰ ਸਾਲ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਹਰ ਸਾਲ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ

ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲੋਂ ਬਿਹਤਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਟੀਕਾ ਨਹੀਂ ਲਗਵਾਉਂਦੇ।

ਮਿਥ: ਮੈਨੂੰ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਕਿਉਂਕਿ ਮੈਨੂੰ ਐਲਰਜੀਆਂ ਹਨ।

ਤੱਥ: ਐਲਰਜੀਆਂ ਵਾਲੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਬਿਨਾਂ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੇ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪਰ, ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਪਹਿਲਾਂ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਖੁਰਾਕ ਜਾਂ ਵੈਕਸੀਨ ਦੇ ਕਿਸੀ ਅੰਸ਼ ਪ੍ਰਤੀ ਐਲਰਜਿਕ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਹੋਈ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਐਲਰਜੀਆਂ ਵਾਸਤੇ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣੇ ਪੈਣ। ਅੰਡਿਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਐਲਰਜੀਆਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਬਚਾਅ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਮਿਥ: ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਜ਼ੁਕਾਮ ਜਾਂ ਪੇਟ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਵਾਇਰਸਾਂ ਜਾਂ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਤੱਥ: ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਜ਼ੁਕਾਮ ਜਾਂ ਪੇਟ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ, ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਪੇਟ ਦਾ ਫਲੂ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਵਾਇਰਸਾਂ ਜਾਂ ਬੈਕਟੀਰੀਆ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਰੱਖਿਆ ਨਹੀ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸ ਸਾਹ ਸੰਬੰਧੀ ਵਾਇਰਸ ਹੈ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਵਖਰਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਆਮ ਜ਼ੁਕਾਮ ਜਾਂ ਪੇਟ ਦੇ ਫਲੂ ਨਾਲੋਂ ਜਿਆਦਾ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਕੇਵਲ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਵਾਇਰਸਾਂ ਵਿਰੁੱਧ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਮਿਥ: ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀਆਂ ਕਿਉਂਕਿ ਮੈਨੂੰ ਹਲੇ ਵੀ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ (ਫਲੂ) ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਤੱਥ: ਸਾਰੇ ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਵਾਇਰਸਾਂ ਦੀਆਂ ਵੱਖ ਵੱਖ ਕਿਸਮਾਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਕਰਕੇ ਫਲੂ ਵਰਗੇ ਲੱਛਣ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਇਹ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ।

ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸਾਂ ਦੀਆਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਮਾਹਰ ਸੋਚਦੇ ਹਨ ਕਿ ਫਲੂ ਦੇ ਮੌਸਮ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ। ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਮਿਲਦੀਆਂ ਜੁਲਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ, ਰੈਸਪੀਰੇਟਰੀ ਸਿਨੰਸੀਸ਼ਲ ਵਾਇਰਸ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਆਰਐਸਵੀ (RSV) ਜਾਂ ਪੈਰਾਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼, ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਵਾਇਰਸਾਂ ਵਿਰੁੱਧ ਰੱਖਿਆ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀਆਂ। ਕਿਉਂਕਿ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸ ਦੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਵੀਆਂ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹਿਣ ਲਈ ਹਰ ਸਾਲ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਸੰਭਵ ਹੈ ਕਿ ਬਜ਼ੁਰਗ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਕੁਝ ਖਾਸ ਚਿਰਕਾਲੀ ਸਿਹਤ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ, ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਨਾ ਰੋਕਣ ਪਰ ਇਹ ਲੱਛਣਾਂ, ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਕਰਕੇ ਮੌਤ ਹੋਣ ਦੇ ਜੋਖਮਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਮਿਥ: ਮੈਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ।

ਤੱਥ: ਇੰਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਜਾਂ ਫਲੂ ਦੇ ਟੀਕੇ ਨੂੰ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪੜਾਅ ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਦੂਸਰੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਔਰਤਾਂ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜਿਹੜੀਆਂ ਤੀਸਰੀ ਤਿਮਾਹੀ ਵਿੱਚ ਹਨ, ਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਦਾ ਜਿਆਦਾ ਖਤਰਾ ਹੈ। ਇਸਦੇ ਨਾਲ ਹੀ, ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪੜਾਅ ਤੇ ਉਹ ਔਰਤਾਂ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਚਿਰਕਾਲੀ ਮੈਡੀਕਲ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਹਨ, ਨੂੰ ਵੀ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਦੀਆਂ ਗੰਭੀਰ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਦਾ ਜੋਖਮ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਟੀਕਾ ਲਗਾਇਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਗਿਆਤ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਲਾਇਵ ਅਟੈਨੁਏਟਿਡ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੌਰਾਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। ਸਾਵਧਾਨੀ ਵਜੋਂ, ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਜਾਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਇੰਨਐਕਟੀਵੇਟਿਡ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ (ਫਲੂ ਦਾ ਟੀਕਾ) ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਮਾਰੇ ਗਏ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵਾਇਰਸ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਵਿਗਾੜ ਦਾ ਕਾਰਨ ਨਹੀਂ ਬਣ ਸਕਦੇ।

ਮਿਥ: ਮੈਂ ਇੱਕ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾਉਣ ਵਾਲੀ ਮਾਂ ਹਾਂ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਲੈਣੀ ਚਾਹੀਦੀ।

ਤੱਥ: ਮਾਵਾਂ ਦੇ ਇੰਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਮਾਂ ਦਾ ਦੁੱਧ ਪੀਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹੈਲਥਲਿੰਕਬੀਸੀ ਫਾਈਲਾਂ ਦੇਖੋ:

- HealthLinkBC File #12a Why Seniors Should Get the Inactivated Influenza (Flu) Vaccine
- HealthLinkBC File #12b Facts about Influenza (the Flu)
- HealthLinkBC File #12d Inactivated Influenza (Flu) Vaccine
- HealthLinkBCFile #12e Live Attenuated Influenza (Flu) Vaccine

BRITISH COLUMBIA ImmunizeBC

BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority